

山と博物館

第28巻 第4号

1983年4月25日

大町山岳博物館



春のカクネ里

「友の会」と山岳博物館

我が友の会が再編成されて、今年で五年目となりました。人間に例えれば、旧館当時に生まれ、館創設時からの諸先輩に育てられて昨年の新館オープンで入園し、今年の四月には入学の年令となりました。そこで、山本前会長以下諸先輩がた相談のうえ、入学年令となった友の会を、かつての青年層のような、若返りをはかろうとの事で、本年度は、役員改選が行なわれました。

「友の会」の目的は、山岳博物館を通じて、会員の知識向上をはかると共に、館の種々の事業に参加し協力する）となつていきます。

近年自然保護が叫ばれているなかで、我々はまず一番身近にあつて、郷土の文化の殿堂として活動、研究する、山岳博物館を熟知し、郷土の自然科学、歴史、文化、風俗習慣及び生活に関する知識を得る事に努め、より多くの人々に伝え、守り、育ててゆく責任感を持たなくては行けないのではないのでしょうか。

若返りをはかった「友の会」が今年以降進めてゆくべき事は、過去三十余年の山岳博物館が残してきた郷土への指針と、実績とに従がつて更に充実した研究活動及調査活動を助け、大北地域のみならず、広く長野県や日本全域に山岳博物館が知られ、頼られて、みせ物小屋としてでなく、真の博物館活動を進められるようお手伝いをする事だと考えます。

情報過多の時代に、広い視野を持ち、心豊かな人間となり、真の情報、教養を備えた大人となつて、各々の分野で活躍出来る事こそ必要なのではないでしょうか。館長をはじめ職員がゆつくりと研究、調査活動のできる山岳博物館となつてゆく事を希望し、その希望がかなえられる事を目的として、今後も活動をしてゆきたいと思つていきます。

終りに、我友の会の今後の活動のより充実をはかる為にも、より多くの人達の入会をお勧め致します。（山博友の会々々長 荒沢進）

野草シリーズ

春の草花

保 尊 裕 之

深い雪に閉ざされていたこ、奥安曇の地にも、四月の声を聞く頃ともなると、野も山も春の息吹に包まれて、待ちかねたように草木の花がその可憐で美しい姿を現わしてくる。春の野山を散策するとき誰の目にも止まるような代表的な草花のいくつかをつぎに紹介してみようとおもう。

一、田畑や路傍の花

・オオイヌノフグリ(ゴマノハグサ科) 西アジアから渡来した帰化植物で、畑の中や道ばたに他の花に先がけて咲き出す。日だまりでは二月頃でもあの空色の美しい花をのぞかせる。この仲間には花の小さく淡紅のイヌノフグリ、やはり小さな碧色の花をつけるタチイヌノフグリがある。フグリの意味は詮索しないがよいだろう。

・ヒメオドリコソウ(シソ科) この花も早く咲く。やはりヨーロッパからの帰化植物で紅味を帯びた葉の上に細かな淡紅の花をつける。名前にヒメとついて優しそだが、繁殖力が強く、畑の雑草として邪魔にされている。

・キュウリグサ(ムラサキ科) この畑にもみられる弱々しい草で、空色の小花を綴っている。



ハハコグサ

た茎の先はうず巻状に巻いている。指でもんで嗅ぐとキュウリの香りがする。

・ハコベ(ナデシコ科) 春の七草として有名である。コハコベとミドリハコベに細別される。五枚の白い花弁は裂けているので十枚に見える。似たものにウシハコベがある。大型で、めしべの先が五つに分かれているのが特徴。ハコベは三つに分かれている。

・ミニナグサ(ナデシコ科) 路傍に多い春の草で、茎が紫色を帯びているのが特徴。花はハコベに似る。二枚の対生する葉からネズミの耳を連想しミニナグサという。近頃はオランダミニナグサが帰化して、こちらの方が多く。花柄が短く、花が密生し、紫色を帯びないことで区別される。

・ウマノアシガタ(キンポウゲ科) 黄色で梅の花型の花をつける。有毒のため家畜も食べないし、この辺ではヤケツリバナとかテクサレバナと呼んでいる。田の畦や溝端、水湿の地に多い。キンポウゲとも呼ぶ。

・キツネノボタン(キンポウゲ科) ウマノアシガタのような黄色の花をつける。花後コシベ白糖状の果実をつけるので目立つ。水路など水辺に多い。ごく似たものにケキツネノボタンがある。全体に毛が多くコンベイトウの刺の先が曲らない。

・ムラサキケマン(ケシ科) 庭先や草地のやぶかげに生え三十種程。全体柔かな草で、紫色の美しい花を穂状につける。夏の頃に莢型の果実をつけ種子をはじき飛ばして枯れてしまう。ウスバシロチョウの食草として有名。これと同じ仲間にはヤマキケマンがあり山麓などに生える。花色は黄色で、葉は細かく裂け赤味を帯びている。

・クサノオウ(ケシ科) 全体柔らかな草で茎葉に白毛を密生し、折ると黄色の液が出ることからクサの黄(オウ)という名がついたという。またこの汁は皮膚病の外用薬となることからクサ(湿疹)の王ということも名づけられたともいう。四弁で径二種程の黄色の花をつける。生薬名は白屈菜。

・ナズナ(アブラナ科) 春の七草としてあまりにも有名。白い四弁の十字形の花をつけ花後三角形の果実をつける。同じ場所にイヌナズナが咲く。こちらは花が黄色で、果実は長円形である。食用にならないのでイヌとつけられた。

・イヌガラシ(アブラナ科) 田畑、路傍、庭など到处に生える。小さな黄色の十字形の花をつけ十種程。花後の果実は一種程の棒状の莢である。似たものにスカシタゴボウがあり一見区別しにくい。果実が短く丸味を帯び、葉の切れこみも多い。

・タネツケバナ(アブラナ科) 水田の中などこの花で真白に見えるほど群生する。葉が細かく裂けていて花はナズナより大きく、見ばえがする。コメナズナと呼んで、摘んで食べる人もある。

・ハハコグサ(キク科) 道ばたや畑によく生える。全体に白い柔かい綿毛をしき、淡い緑色が印象的である。純黄の花が茎の頂きに集まってつく。ヨモギのように草餅以前には利用された。春の七草の一つオギョウがこれである。似たものにチチコグサがあり、や、乾いた所に生え数は少ない。茎も細く花も褐色が目立たず全体がハハコグサに比してみすぼらしい。今の時代の父親を連想してたまらない。

・タンポポ(キク科) 最近セイヨウタンポポがものすくふえ、市街地や舗装道路の傍などのものは殆んどこれである。総苞の外側のものがめくられて垂れ下っているのですぐ分る。ニホンタンポポ(この辺のものはエゾタンポポ)は郊外や山麓などに昔ながらの花をつけている。



ジシバリ

らの花をつけている。

・コオニタビラコ(キク科) 水田の中などに生え、単にタビラコともいい、田平子と書く。春の七草のホトケノザはこれである。ロゼット状で地面に接した株から黄色のタンポポ型の小花をつける。現在ホトケノザといっているのはシソ科の植物である。コオニタビラコに対してオニタビラコがある。こちらは草丈も五十種程になり茎や葉が赤紫色を帯び白毛がある。土手や庭の垣根などの下によく生えている。

・ノゲシ(キク科) アキノノゲシというのがある。ハルノノゲシともいう。葉の形がケシを連想させる。タンポポのような黄小花をつける。全体柔かく食用になる。

・ニガナ(キク科) 田の畦や路傍に生え、三十種程で黄色のキク花をつける。葉を噛むと苦い。似たものにタカサゴソウがある。葉はや、白っぽく、花はニガナより大きく花色が白、淡紫であるので区別し易い。

・ジンバリ(キク科) 細い茎が蔓となって地面を這うので地縛りの名がついた。路傍や石垣などや、乾いた所を好む。黄色のキク花をつける。似たものにオオジンバリがあり、こちらは茎が太く立ち上っている。ジンバリと異って湿った田の畦などに多い。
 ・カキドウシ(シソ科) 道ばたなどに多く、春早く五穂程の茎に二つずつ向き合った一穂程の紅紫の花をつける。花が終る頃になると茎が倒れて蔓状となり、数メートルにも伸び、垣根を通して隣の家まで侵入するもので共通している。

・ムラサキサギゴケ(ゴマノハグサ科) 田の畦など湿った所に多い。茎は柔かく紅紫の一・五穂程の花を二つずつ向きあててつける。時に純白の花のものがあり、これをサギゴケ(白さを連想)というが少ない。
 ・フレリンドウ(リンドウ科) 五十十穂程の小型のリンドウで乾いた草地に時々見かける。小さな鱗状の葉をつけた茎の頂きに比較的大きな花を数個つける。似たものにハルリンドウがあり、こちらは湿った草地に生え、根本に広い葉がありその上に幾本も花を伸ばしそれぞれに花をつける。

・スミレ(スミレ科) スミレの仲間種類が多く、何々スミレというように名づけられているが、単にスミレとだけの名のこれはスミレ属の代表で畑や土手などや、乾いた所にみられる。花は紫色で濃く、葉は柄があつて長い。人家附近の日陰にはツボスミレがあり、小さい白花を長い柄の先につけ葉は丸い。山麓にはタチツボスミレが多く青紫の花を沢山つけて美しい。

二、山麓や山地の花
 ・アズマイチゲ(キンポウゲ科) 山地で最も早く咲くアネモネ属の植物で茎の先に三枚の三裂した柔かい葉をつけ、中央に花柄を伸ばし三穂程の白い花をつける。葉は必ず垂れている。以た仲間キクザキイチリンソウがある。花弁状のガク片が多くキク



ムラサキサギゴケ

の花を思わせる。白く淡紫の花をつけるが、茎上の三枚の葉は横に広がり垂れない。
 ・フクジュソウ(キンポウゲ科) 正月の床飾りとしてあまりにも有名。雪国の山地には所々に自生している。この辺では姫川源流の群落がすばらしい。

・ウスバサイシン(ウマノスズクサ科) ヒメギフチョウの食草として知られる。二枚のハート型の葉の根元に黒紫褐色のつぼ型の一花を下向きにつける。
 ・シユンラン(ラン科) 日本のランを代表するもので、水墨画の初歩によく描かれる。池田町の山地には特に多く、や、乾いた山の林の下の落葉の中に春早く咲く。

・チゴユリ(ユリ科) 低山の林の下に多い草で、二十穂前後の斜上した茎の先に六弁の白花を一輪つけ下を向いて開く。稚児の名の如く可愛い花である。
 ・ニリンソウ(キンポウゲ科) キンポウゲに似た茎葉の先に必ず二輪ずつの白梅のような花をつける。二箇の花が揃って咲くこと

はなく、一花は必ずおくれ開く。
 ・カタクリ(ユリ科) 二枚の長円形の葉の間から花茎を伸ばし紅紫の大きな一花を下向きにつける。開くと花びらは上の方に反転する特徴をもつ。白馬神城の地に多い。
 ・アマドコロ(ユリ科) 山の草原などに見られ、幅広い葉が斜上する茎の両側につき、各葉のつけ根から柄をのばして一・二箇の白花をつり下げる。よくスズランと間違えう人がいる。似たものにナルコユリがある。
 ・シウジョウバカマ(ユリ科) 地面に広がるへら状の葉の中から一茎を伸ばし、茎頂に数箇の六弁の紅花をつける。低山から高山にまで分布している。花後花茎は五十穂程も伸び実を結ぶが、花弁は緑色に変わり最後まで落ちない。

・ミスバシヨウ(サトイモ科) 山の湿地に生え白い苞葉が美しく誰でも知っている。この辺では居谷里湿原、落倉湿原、梅池自然園などに多い。同じ仲間サゼンソウがあり混生しているが、こちらは苞葉の色が暗赤褐色のため、むしろ嫌う人が多い。
 ・エンレイソウ(ユリ科) 茎の先に三枚の広い葉をつけ、中心から柄をのばして三枚の茶緑のがく片をつけた一花をつける。広く高山に迄分布する。似たものにシロバナエンレイソウがある。こちらには白い三枚の花びらがつく。何れも山の陰地に多い。
 ・ツクバネソウ(ユリ科) 全体の形が正月の羽つきの羽の形を連想させるのでこの名がある。茎の先に四枚の葉をつけ、中央に緑色の目立たない一花をつけ、山のや、湿った日陰に生える。茎の先の葉が八枚で輪状のものを作る。ツクバネソウという。

・ヒトリシズカ(セリリョウ科) 名前と草全体の姿から誰にも知られ親しまれている草で、山の林の中などの所々に見られる。四枚の葉の開ききらない頃、白い糸切れを綴ったようなこの花は誰にも愛される。似たものにフタリシズカがあるが、こちらは社

大で葉は大きく、二本の穂につく花も小さく、名前負けのする草である。花期も遅い。
 ・イカリソウ(メギ科) 紅紫色で船の錠形の花をつけ、群生していると美しい。葉柄が三つに分れ各々に三枚の小葉がつくので三枝九葉草の別名もある。この辺から北、裏日本にかけてはキバナイカリソウがあり、花色は淡黄ですぐ分るが、余り多くない。
 ・サクラスミレ(スミレ科) 山麓の林の中などに咲き、スミレ中最大で、紅紫の花をべつたりと平らに開き目立つ。同じような場所に咲くスミレサイシンは葉の開ききらない中に青紫の花が開き、地下茎がよく発達している。

・センボンヤリ(キク科) 山地に多く根生葉の間から十穂程の花茎を何本も出し、や、紅紫を帯びた白花を一茎に一花ずつつける。秋になると何本もの閉鎖花をつけその様子からセンボンヤリの和名がついた。



ツクバネソウ

三、食べられる野生植物

北ア山麓とくに白馬、小谷の地は「山菜の宝庫」といわれるほど山菜の豊富なところである。春になると雪の下からまつ先に顔を出すのがフキのとうである。地方名はチャンメ口、フキボコ、ホウキボボ等である。続いてアサツキが芽を出す。この辺でコゴミと呼ばれるクサソツツがこれに続く。タラの芽がふくらんでくる。湿地にはウトブキ和名イヌドウナがこれに続き、ヤチアザミと呼ばれるサワアザミが伸び出してくる。ウドが頭をもたげる。ゼンマイにワラビ、カタクリ、ヤマソと呼ばれるハンゴンソウ、シオデ、ウワバミソウ、通称ネマガリとかヘイジクとかいうチシマザサのたけのこ、ミヤマイラクサ、ヤマヨモギ、エビラフジ、ギボシ類、ツリガネニンジン、ニンソウと、春から初夏にかけて尽きることを知らない。

山菜については今までに多くの方が執筆されているし、また前がきに挙げたようなものは、この地方の人なら大抵知っていると思うので、今回は身近にあり乍らあまり利用されていないようなものを取り上げてみた。

一、山地・山麓にあるもの
 ・アマドコロ(ユリ科)この辺でヘビユリ、ヘビノチヨウチンなどと呼ぶ。若い茎葉を



タチシオデ

酢の物、ひたし、炒め物にする。
 ・イカリソウ(メギ科)若芽や花を和え物、ひたしにする。薬草としても有名な。イワカガミ(ユキノシタ科)若芽を和え物、ひたし、汁の実などにする。
 ・ウウミスザクラ(バラ科)若葉、花、若い果実を天ぷら、和え物にして食べる。
 ・オトコエシ(オミナエシ科)ロゼットを天ぷら、汁の実、和え物、ひたし物にする。
 ・オドリコソウ(シソ科)若苗を和え物に、花は甘酢かけにする。
 ・クサギ(クマツズラ科)若芽、若葉を和え物、ひたし、卵とじ、天ぷら、汁の実、佃煮にする。料理すると悪臭は消える。
 ・カラハナソウ(クラ科)クサホップなどと呼ぶ。若芽を天ぷら、ひたし、辛子じょう油で食べるとよい。
 ・クズ(マメ科)若芽を天ぷら、和え物に、花は三杯酢にする。
 ・クワ(クワ科)新芽、若葉を天ぷら、和え物にする。クワは高血圧の予防にもよい。
 ・コウゾリナ(キク科)ロゼットを天ぷら、和え物にする。
 ・コシアブラ(ウコギ科)若芽を天ぷら、和え物、汁の実にする。タラの芽より上等。
 ・コシヤク(セリ科)ニンジンバとかヤマニンジンという。

若芽を天ぷら、和え物、ひたしにする。
 ・シラヤマギク(キク科)若芽、若葉を天ぷら、和え物、汁の実にする。
 ・スイカズラ(スイカズラ科)若芽を油いため、和え物にする。薬草としても有名。

・ソバナ(キキョウ科)若芽をひたし物、和え物、天ぷら、油炒めにする。
 ・ダイモンジソウ(ユキノシタ科)全草を天ぷら、油炒め、和え物、ひたし物にする。
 ・タチシオデ(ユリ科)新芽を酢の物、ひたし、和え物にする。
 ・タマガワホトトギス(ユリ科)若葉、新芽を煮びたしにする。
 ・トリアシシヨウマ(ユキノシタ科)若芽を和え物、ひたし、酢の物にする。
 ・ナルコユリ(ユリ科)若芽を天ぷら、和え物に、地下茎を煮つけにする。
 ・ニリンソウ(キンポウゲ科)花時の全草をひたし物、和え物にする。
 ・ニワトコ(スイカズラ科)若芽を天ぷら、和え物にする。発汗、利尿の薬でもある。
 ・ヌルデ(ウルシ科)スノミとかシウノウミとかいう。若芽を天ぷらや和え物にする。
 ・ハナイカダ(ミズキ科)若芽を天ぷら、油炒め、和え物、佃煮、酢の物などにする。
 ・ハリギリ(ウコギ科)食べられないと思っている人がいる。新芽を天ぷら、ひたし、和え物にする。
 ・フジ(マメ科)若葉の佃煮、天ぷら、花の天ぷらなどがよい。
 ・ホタルブクロ(キキョウ科)若苗を煮物、天ぷら、酢の物で食べる。
 ・マユミ(ニシキギ科)若葉をあく抜きして和え物とする。果実は有毒のようである。
 ・ミツバウツギ(ミツバウツギ科)若芽をひたし、和え物、汁の実、天ぷらにする。
 ・ヤマウコギ(ウコギ科)若芽を天ぷら、和え物、汁の実、ひたしにする。
 ・ヤマエンゴサク(ケシ科)全草を和え物、ひたし物、汁の実にする。
 ・ヤマトキホコリ(イラクサ科)茎をひたし物、和え物、糠漬にする。ミズナに似る。
 ・リュウノウギク(キク科)若芽を天ぷらに花はアク抜きして酢の物にする。
 ・リヨウブ(リヨウブ科)若葉を茹で浸しと

和え物、佃煮、味付してリヨウブ飯にする。
 二、人里、路傍にあるもの
 ・アオミズ(イラクサ科)全草を和え物、ひたしにする。
 ・アカザ(アカザ科)新芽、若葉を和え物、ひたし、天ぷらに。果実は佃煮にする。
 ・イケマ(ガガイモ科)若芽を和え物、煮物酢の物にする。
 ・イヌビユ(ヒユ科)若苗、若芽を酢みそ和え、汁の実、酢じょう油で食べる。
 ・オオバコ(オオバコ科)葉を天ぷら、油いためにする。薬草の一つでもある。
 ・オオマツヨイグサ(アカバナ科)ふつうツキミソウという。若葉や花が天ぷら、和え物、ひたしで食べられる。
 ・ガガイモ(ガガイモ科)若芽を和え物、煮物、天ぷらにする。根は食べられない。
 ・カキ(カキ科)若葉の天ぷら、佃煮がよい。
 ・ギンギン(タデ科)ウマズイコという。若い茎葉は汁の実、酢の物にするといける。
 ・ゲンゲ(マメ科)別名レンゲソウ。全草を天ぷら、和え物にする。なかなかうまい。
 ・シロツメクサ(マメ科)若芽、若葉をいため煮や酢じょう油で食べる。
 ・スベリヒユ(スベリヒユ科)柔かい全草を茹で辛子じょう油や酢じょう油で食べる。
 ・ツユクサ(ツユクサ科)新芽、若葉を煮びたし、辛子じょう油、酢じょう油で食べる。
 ・ヤブカンゾウ(ユリ科)若芽の酢みそ和えが最上、辛子じょう油もよい。花は天ぷら。
 ・ユキノシタ(ユキノシタ科)葉の天ぷらがよい。汁の実、和え物、煮びたしもよい。

(大町山岳博物館 嘱託)

山と博物館 第28巻 第4号
 一九八三年四月二十五日発行
 発行所 長野県大町市 TEL 〇二二一
 印刷所 長野県大町市 大町山岳博物館
 大栄タイムス印刷部
 定価 年額一、〇〇〇円(送料共)(切手不可)
 郵便振替口座番号 長野県 一三三一九三三